

Jadłospis od dnia 27.11.2025r do dnia 03.12.2025r.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
CZWARTEK 27.11.2025 rok	Śniadanie	Zupa ml. z ryżem 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka kon. 40g (-) Twarożek z koperkiem 50g (7) Sałata 10g (-) Papryka 50g (-)	Zupa ml. z ryżem 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka kon. 40g (-) Twarożek z koperkiem 50g (7) Sałata 10g (-) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. z ryżem 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g(7) Szynka kon. 40g (-) Twarożek z koperkiem 50g (7) Sałata 10g (-) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Krakersy 1szt. (1)
	Obiad	Barszcz zabieleny 350g (1,7,9) Pieczeń rzymska 100g (1,3) Sos pieczeniowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Kap. biała got.100g (-) Sur. z warzyw 100g (7,9) Kompot 250g (-)	Barszcz zabieleny 350g (1,7,9) Pulpet wieprzowy got. 80-g (1,3) Sos ziołowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Brokuł got. 100g (1) Sur z warzyw 100g (7,9) Kompot 250g (-)	Barszcz zabieleny 350g (1,7,9) Pulpet wieprzowy got. 80-g (1,3) Sos ziołowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Brokuł got. 100g (1) Sur z warzyw 100g (7,9) Herbata owocowa 250g (-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka gruba 1szt. (-) z musztardą 30g (10) Sałatka gyros 50g (3,10)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka gruba 1szt. (-) z keczupem 30g (-) Sałatka gyros 50g (3,10)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka gruba 1szt. (-) z musztardą 30g (10) Sałatka gyros 50g (3,10)
	PN	Deser mleczny – kaszka z owocem 1szt. (7)	Deser mleczny – kaszka z owocem 1szt. (7)	Mus owocowy b/c 1szt. (-)
		E: 2501 kcal; B:91,97g;T:88,83g w tym kw.tł.nasy:59,80g; W:322,60 g w tym cukry: 59,95g; Bł: 36,04g, sól:4,80g.	E: 2412 kcal; B:95,76g;T:79,39g w tym kw.tł.nasy:55,49g; W:314,26 g w tym cukry:57,23g; Bł: 28,39 g, sól:4,64g.	E: 2599 kcal; B:93,38 g;T:94,37 gw tym kw.tł.nasy:59,21g; W:334,25g w tym cukry: 48,48g; Bł: 45,19 g, sól:4,66g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
PIĄTEK 28.11.2025 rok	Śniadanie	Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z jajka z szczypiorkiem 50g (3) Serek „deliser” 17g (7) Sał. z sałaty z pomid. rzodkiewką i kukurydzą 50g (-)	Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z jajka z szczypiorkiem 50g (3) Serek „deliser” 17g (7) Sał. z sałaty z pomid. rzodkiewką i kukurydzą 50g (-)	Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z jajka z szczypiorkiem 50g (3) Serek „deliser” 17g (7) Sał. z sałaty z pomid. rzodkiewką i kukurydzą 50g (-)
	IIŚ			Jogurt nat. 1szt. (7)
	Obiad	Zupa ogórkowa 350 g (1,7,9) Sos szpinakowo - śmietanowy 250g (1,7) Makaron 300g (1) Marchewka mini got. 150g (1) Kompot 250g (-)	Zupa ziemniaczana 350 g (9) Sos szpinakowo - śmietanowy 250g (1,7) Makaron 300g (1) Marchewka mini got. 150g (1) Kompot 250g (-)	Zupa ziemniaczana 350 g (9) Sos szpinakowo - śmietanowy 250g (1,7) Makaron 300g (1) Marchewka mini got. 150g (1) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „fro – smak” 1szt. (7) Sał. z selera z ananasem i serem żółtym 50g (3,7,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „fro – smak” 1szt. (7) Sał. z selera z ananasem i serem żółtym 50g (3,7,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „fro – smak” 1szt. (7) Sał. z selera z serem żółtym 50g (3,7,9)
	PN	Sok pomidorowy b/c 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c 1szt. (-)
		E: 2279 kcal; B:77,61 g;T:80,64g w tym kw.tł.nasy:48,82g; W:274,37g w tym cukry: 43,26g; Bł: 32,86g, sól:6,43g.	E: 2513 kcal; B:89,54 g;T:88,75 gw tym kw.tł.nasy:50,16g; W:317,83 g w tym cukry: 41,77g; Bł: 25,95 g, sól:6,50g.	E: 2481 kcal; B:90,85 g;T:93,47g w tym kw.tł.nasy:50,12g; W:305,03 g w tym cukry: 35,76g; Bł: 41,07 g, sól:6,63g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
SOBOTA 29.11.2025 rok	Śniadanie	Kawa zb. Z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kieł. szynkowa drobiowa 40g (-) Serek „hochland” 22g (7) Sałata lodowa 10g (-) Gruszka 1szt. (-)	Kawa zb. Z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kieł. szynkowa drobiowa 40g (-) Serek „hochland” 22g (7) Sałata lodowa 10g (-) Gruszka 1szt. (-)	Kawa zb. Z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kieł. szynkowa drobiowa 40g (-) Serek „hochland” 22g (7) Sałata lodowa 10g (-) Gruszka 1szt. (-)
	IIŚ			Ciastko b/c 1szt. (1)
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 350g (1,7,9) Kiełbasa smażona z cebulką 1szt. (-) Ziemniaki 300g (-) Kapusta kiszona got. 150g (-) Kompot 250g(-)	Zupa pomidorowa z ryżem 350g (1,7,9) Kurczak got. 100g (-) Sos potrawkowy 150g (1,3,7) Ziemniaki 300g (-) Fasolka szparagowa got. 150g (1) Kompot 250g(-)	Zupa pomidorowa z ryżem 350g (1,7,9) Kurczak got. 100g (-) Sos potrawkowy 150g (1,3,7) Ziemniaki 300g (-) Fasolka szparagowa got. 150g (1) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Paprykarz szczeciński 100g (4) Twarożek 50g (7) Ogórek kisz. 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g(7) Pasta z tuńczyka i warzyw 50g (4,9) Twarożek 50g (7) Pomidor 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 20g (7) Pasta z tuńczyka i warzyw 50g (4,9) Twarożek 50g (7) Pomidor 50g (-)
	PN	Baton owocowy b/c 1szt.(-)	Baton owocowy b/c 1szt.(-)	Baton owocowy b/c 1szt.(-)
		E: 2133 kcal; B:70,87g;T:68,94g w tym kw.tł.nasy:28,02g; W:292,54g w tym cukry: 35,61g; Bł: 34,49g, sól:7,98 g.	E: 2033 kcal; B:70,70g;T:56,00 g w tym kw.tł.nasy:26,42g; W:292,52 g w tym cukry: 34,12g; Bł: 24,54 g, sól:4,61g.	E: 2121 kcal; B:69,85 g;T:63,88 gw tym kw.tł.nasy:27,29g; W:308,24g w tym cukry: 23,63g; Bł: 42,31g, sól:4,65g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
NIEDZIELA 30.11.2025 rok	Śniadanie	Kakao 250g (7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa biała cienka 1szt. (-) Paszтетowa drobiowa 40g (-) Sałata 10g (-)	Kakao 250g (7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa biała cienka 1szt. (-) Paszтетowa drobiowa 40g (-) Sałata 10g (-)	Kakao 250g (7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa biała cienka 1szt. (-) Paszтетowa drobiowa 40g (-) Sałata 10g (-)
	IIŚ			Pieczywo chrupkie (1)
	Obiad	Zupa pieczarkowa 350g (1,9) Schab duszony 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sałatka z buraczków 100g (-) Kalafior got. 100g (1) Kompot 250g (-)	Zupa pieczarkowa 350g (1,9) Schab duszony 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sałatka z buraczków 100g (-) Kalafior got. 100g (1) Kompot 250g (-)	Zupa pieczarkowa 350g (1,9) Schab duszony 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sałatka z buraczków 100g (-) Kalafior got. 100g (1) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka got. 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Sałatka z brokuła 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka got. 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Sałatka z brokuła 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka got. 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Sałatka z brokuła 50g (3,9)
	PN	Baton twarogowy 1szt. (7)	Baton twarogowy 1szt. (7)	Mus owocowy b/c 1szt. (-)
		E: 2160 kcal; B:82,39g;T:75,59,19g w tym kw.tł.nasy:32,99g; W: 269,06g w tym cukry: 31,74g; Bł: 30,54 g, sól:4,03g.	E: 2208 kcal; B:87,92g;T:75,04g w tym kw.tł.nasy:32,98g, W: 272,57g w tym cukry: 29,58g; Bł: 22,40 g sól:4,18g.	E: 2133 kcal; B:82,29g;T:76,03g w tym kw.tł.nasy:32,98g; W: 264,63g w tym cukry: 18,17g; Bł: 40,62 g, sól:4,20g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
PONIEDZIAŁEK 01.12.2025 r	Śniadanie	Zupa ml. budyniowa 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g(7) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Powidła 30g (-) Sałata lodowa 10g (-) Papryka 50g (-)	Zupa ml. budyniowa 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Powidła 30g (-) Sałata lodowa 10g (-) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. budyniowa 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Filet z indyka 40g (-) Sałata lodowa 10g (-) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Ser żółty 50g (7)
	Obiad	Krupnik 350g (1,9) Placki z kurczaka z warzywami duszone 80g (3,9) Ziemniaki 300g (-) Sur. z czerwonej kapusty 100g (-) Fasolka szparagowa got.100g (1) Kompot 250g (-)	Krupnik 350g (1,9) Placki z kurczaka z warzywami duszone 80g (3,9) Ziemniaki 300g (-) Sur. z marchewki 100g (-) Fasolka szp. got. 100g (1) Kompot 250g (-)	Krupnik 350g (1,9) Placki z kurczaka z warzywami duszone 80g (3,9) Ziemniaki 300g (-) Sur. z marchewki 100g (-) Fasolka szp. got. 100g (1) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z mięsa got.z szczypior. 50g (3) Serek „gouda’ 17g (7) Sał. jarzynowa 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z mięsa got.z szczypior. 50g (3) Serek „gouda’ 17g (7) Sał. jarzynowa 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z mięsa got.z szczypiorkiem 50g (3) Serek „gouda’ 17g (7) Sał. jarzynowa 50g (3,9)
	PN	Jogurt nat. 1szt. (7)	Jogurt nat. 1szt. (7)	Jogurt nat. 1szt. (7)
		E: 2382 kcal; B:84,10g;T:73,85g w tym kw.tł.nasy:32,76 g; W: 336,61g w tym cukry: 72,06 g; Bł: 36,92 g, sól:4,27 g.	E: 2387 kcal; B:88,43 g;T:71,05 g w tym kw.tł.nasy:36,59g; W: 335,84g w tym cukry: 65,67 g; Bł: 28,61g, sól:4,51g.	E: 2376 kcal; B:99,88g;T:84,84 g w tym kw.tł.nasy:45,83 g; W: 295,19 g w tym cukry: 40,91g; Bł: 43,19g, sól:5,26g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
WTOREK 02.12.2025 rok	Śniadanie	Zupa ml. z zacierką 300g (1,3,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g(7) Jajko got. 1szt. (3) Paszтет drobiowy 60g (1) Sałata 10g (-) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. z zacierką 300g (1,3,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Jajko got. 1szt. (3) Paszтет drobiowy 60g (1) Sałata 10g (-) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. z zacierką 300g (1,3,7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Jajko got. 1szt. (3) Paszтет drobiowy 60g (1) Sałata 10g (-) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Wędlina 50g (-)
	Obiad	Zupa z białych warzyw 350g (1,9) Filet z ryby dusz.(1,3,4) Ziemniaki 300g (-) Marchewka got. 100g (1) Sur. z włoskiej kap.100g (3) Kompot 250g(-)	Zupa z białych warzyw 350g (1,9) Filet z ryby dusz.(1,3,4) Ziemniaki 300g (-) Marchewka got.100g (1) Sur. z włoskiej kap.100g (3) Kompot 250g(-)	Zupa z białych warzyw 350g (1,9) Filet z ryby dusz.(1,3,4) Ziemniaki 300g (-) Marchewka got.100g (1) Sur. z włoskiej kap.100g (3) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g (1) Masło 82% 20g (7) Kieł. śląska cienka 1szt. (-) Ser topiony 50g (7) Sałatka z cieciorke i ogórka 50g (3)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g (1) Masło 82% 20g (7) Parówka cienka 1szt. 1szt. (-) Ser topiony 50g (7) Sałatka z cieciorke i ogórka 50g (3)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g (1) Masło 82% 20g (7) Kieł. śląska cienka 1szt. (-) Ser topiony 50g (7) Sałatka z cieciorke i ogórka 50g (3)
	PN	Deser mleczny – ryż z owocem 1szt. (7)	Deser mleczny – ryż z owocem 1szt. (7)	Sok pomidorowy b/c 1szt. (-)
		E: 2458 kcal; B:91,34g;T:88,81g w tym kw.tł.nasy:39,94g; W: 312,51 g w tym cukry: 42,33g; Bł: 34,02g, sól:6,05g.	E: 2524 kcal; B:92,32g;T:91,71 g w tym kw.tł.nasy:41,54g; W: 317,12g w tym cukry: 40,22 g; Bł: 25,56 g, sól:5,33g.	E: 2298 kcal; B:98,70 g;T:85,77 g w tym kw.tł.nasy:36,98g, W: 277,59g w tym cukry:34,60g; Bł: 41,83, sól : 6,60g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
ŚRODA 03.12.2025 rok	Śniadanie	Zupa ml. z kaszką p. 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa krakowska 40g (-) Twarożek z koperkiem 50g (7) Roszponka z pomidorem , pestkami dyni, słonecznika i orzechami 50g (8)	Zupa ml. z kaszką 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa krakowska 40g (-) Twarożek z koperkiem 50g (7) Roszponka z pomidorem , pestkami dyni, słonecznika i orzechami 50g (8)	Zupa ml. z kaszką p.300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g(7) Kiełbasa krakowska 40g (-) Twarożek z koperkiem 50g (7) Roszponka z pomidorem , pestkami dyni, słonecznika i orzechami 50g (8)
	IIŚ			Baton owocowy b/c 1szt. (-)
	Obiad	Rosół z makaronem 350g (1,9) Gulasz drobiowy got. z jarzynami 250g (1,9) Ryż 300g (-) Bukiet z warzyw got. 150g (1) Kompot 250g(-)	Rosół z makaronem 350g (1,9) Gulasz drobiowy got. z jarzynami 250g (1,9) Ryż 300g (-) Bukiet z warzyw got. 150g (1) Kompot 250g(-)	Rosół z makaronem 350g (1,9) Gulasz drobiowy got. z jarzynami 250g (1,9) Ryż 300g (-) Bukiet z warzyw got. 150g (1) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z ryby wędzonej i warzyw 50g (4,9) Serek „hochland” 22g (7) Sałatka z kalafiora 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Galaretka z warzyw 150g (3,9) Serek „hochland” 22g (7) Sałatka z kalafiora 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Galaretka z warzyw 150g (3,9) Serek „hochland” 22g (7) Sałatka z kalafiora 50g (3,9)
	PN	Kefir 1szt. (7)	Kefir 1szt. (7)	Kefir 1szt. (7)
		E: 2494 kcal; B:101,95g;T:97,92 g w tym kw.tł.nasy:39,85 g; W: 288,24 g w tym cukry: 47,38 g; Bł: 30,33g, sól:6,49g.	E: 2435 kcal; B:105,49g;T:84,80 g w tym kw.tł.nasy:36,27g; W: 295,92 g w tym cukry: 46,39 Bł: 23,38g, sól:5,21g.	E: 2427 kcal; B:102,56 g;T:92,07g w tym kw.tł.nasy:38,12 g; W: 286,09g w tym cukry: 32,98g; Bł: 41,34 g, sól:5,25 g.

OZNACZENIA ALERGENÓW POKARMOWYCH

Gluten (1)

Jaja i produkty pochodne (3)

Ryby i produkty pochodne (4)

Soja i produkty pochodne (6)

Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) (7)

Orzechy (8)

Seler i produkty pochodne (9)

Gorczyca i produkty pochodne (10)

Sezam (11)

Opracował:
Izabela Cegiela – Kier.działu żywienia